

References

1. Bohuslavskaya V. Yu., Basisty M. V. (2015). Evoliutsiia naukovo-metodychnoho zabezpechennia systemy pidhotovky v ukrainskomu natsionalnomu odnorbortvi «Boiovyi hopak» [The evolution of the scientific and methodological support of the training system in the Ukrainian national martial arts "Combat Hopak"]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy*, 19, 6–10. [in Ukrainian]
2. Velychkovych M. R. (2002). Vplyv sotsialno-politychnykh ta kulturolohichnykh chynnykiv na formuvannia ukrainskykh natsionalnykh odnorbortv naprykintsi KhKh st. [The influence of socio-political and cultural factors on the formation of Ukrainian national martial arts at the end of the 20th century]. *Moloda sportyvna Ukraina*, 6 (1), 18 – 22. [in Ukrainian]
3. Verkhovynets V. M. (2008). Teoriia ukrainskoho narodnoho tantsiu [Theory of Ukrainian folk dance]: navch.-metod. posib, 150. [in Ukrainian]
4. Yeromenko E. A. (2009). Trenuvannia v khortynhu [Horting training]: navch.-metod. posib, 227. [in Ukrainian]
5. Kosynskiy, E.O. (2022) Metodyka vykorystannia elementu «prysiadka» [Techniques for using the "squat" element]. Suchasni pytannia fizychnoi reabilitatsii, rekreatsii ta fizychnoho vykhovannia riznykh hrup naseleennia: VII naukovo-praktychna internet-konferentsiia z mizhnarodnoiu uchastiu, 49-51. [in Ukrainian]
6. Kosynskiy E. O., Dyshko O. L., Sitovskiy A. M., Tabak N. V., Chyzh A. H. (2022). Vprovadzhennia elementiv natsionalnykh odnorbortv u protses fizychnoho vykhovannia studentiv [Implementation of elements of national wrestling in the process of physical education of students]. *Reabilitatsiini ta fizkulturno-rekreatsiini aspekty rozvytku liudyny*, (12), 190–197. [in Ukrainian]
7. Morozov A. I. (2018). Vzaiemodiia mystetstva i sportu yak chynnyk rozvytku virtuoznykh rukhiv v ukrainskomu narodno-stsenichnomu tantsi [The interaction of art and sport as a factor in the development of virtuoso movements in Ukrainian folk-stage dance]. *Mystetstvoznavchi zapysky*, 33, 338–345. [in Ukrainian]
8. Ostapenko O., Zubalii M. (2000). Kharakternystvo – efektyvna forma fizychnoi pidhotovky zaporozkykh kozakiv [Characteristics – an effective form of physical training of the Zaporozhzhya Cossacks]. *Fizychni vykhovannia v shkoli*, 2, 48. [in Ukrainian]
9. Pylat V. (1994). Boiovyi hopak [Combat hopak], 288. [in Ukrainian]
10. Povalii T. L. (2015). Teoriia ta metodyka vykladannia ukrainskoho narodnoho tantsiu [Theory and methods of teaching Ukrainian folk dance]: navch. posib, 250. [in Ukrainian]
11. Sliptsov O. V., Slabouz V. V. (2019). Istorychni vytyky rozvytku boiovoho mystetstva «Spas» v Ukraini [Historical origins of the development of the martial art "Spas" in Ukraine]. Vzaiemodiia dukhovnoho y fizychnoho vykhovannia v stanovlenni harmoniino rozvynenoї osobystosti, 40–49. [in Ukrainian]
12. Buong-O Chun, Sang-Hyup Choi, Jong-Baek Lee, EonHo Kim, KiHyuk Lee. (2021). Effects of core Balance and Plyometric Training on Anaerobic Power and Dynamic Postural Stability in Youth Taekwondo Athletes. *The Korean Society of Exercise Physiology*, 30(2), 167-174.
13. Choi K. W., Lee S. J., Park W.-Y. (2021). Effects of 8week Plyometric training on power, dynamic balance and joint position sensory in Taekwondo demonstrator. *Journal of the Korean Applied Science and Technology*, 38, 1107-1116.
14. Christos I., Andreas A., Marios H., Nikolaos Z. (2020). Effect of a 6-week plyometric training on power, muscle strength, and rate of force development in young competitive karate athletes / Ioanides Ch. (etc.). *Journal of Physical Education and Sport*, 20 (4), 1740–1746.
15. Shidqi Hamdi Pratama Putera, Hari Setijono, Oce Wiriawan. (2019). Effect of Plyometric Hurdle Hops and Tuck Jump Training on Strength and Leg Muscle Power in Martial Arts Athletes at Kostrad Company-C Malang. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 2(4), 566-574.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).23
УДК: 796:37.042-056.2

Кравченко К. Г.
аспірантка Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту

ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ З ПОРУШЕННЯМИ У СТАНІ ЗДОРОВ'Я ДО ЗАНЯТЬ «ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ»

У статті подані результати дослідження, спрямованого на вивчення особливостей мотивації студентів з порушеннями у стані здоров'я до занять «Фізичним вихованням». Оскільки значення мотивів для спрямованої на турботу про себе діяльності, а формування само визначеної особистості тут є визначальним, завданням є вивчення і формування мотивації студентів.

Показано, що більша частина студентів з послабленим здоров'ям, на жаль, відвідують заняття з «Фізичного виховання» для того, аби отримати залік з цієї дисципліни (52,68% проти 35,8% здорових). При цьому, серед тих, хто мають хронічні захворювання мотивом відвідування занять з дисципліни «Фізичне виховання» є отримання заліку у 43,75% дівчат і 59,38% юнаків відповідно. За мету отримати знання та вміння, необхідні для підтримки свого здоров'я, сталять лише 31,25% і 25, 00%, а бути освіченими у сфері фізичної культури -18,75% юнаків та 9,38% дівчат відповідно. На жаль, ще менші відсотки має мотивація щодо розвитку фізичних, якостей, необхідних для професійної діяльності у майбутньому – 4,69% у юнаків та 4,17% - у дівчат, а як форма спілкування – 2,08% юнаків і у дівчат – 1,56%.

Ключові слова: студенти, мотиви до занять «Фізичним вихованням», студенти з порушеннями у стані здоров'я, дистанційне навчання.

Kravchenko K. Characteristics of the motivation of students with health disabilities to engage in «Physical education». The article presents the results of a study aimed at establishing the specifics of the motivation of students with health disorders to «Physical Education» classes. Since the importance of motives for activities aimed at self-care, and the formation of a self-defined personality is decisive here, the task is to study and form the motivation of students.

It is shown that the majority of students with impaired health, unfortunately, attend classes in «Physical education» in order to get credit for this discipline (52.68% against 35.8% of healthy ones). At the same time, among those who have chronic diseases, the motive for attending classes in the discipline «Physical education» is getting a credit in 43.75% of girls and 59.38% of boys, respectively. Only 31.25% of girls and 25.00% of boys will aim to acquire the knowledge and skills necessary to maintain their health. To be educated in the field of physical culture - 18.75% of boys and 9.38% of girls. Unfortunately, the motivation to develop physical qualities necessary for professional activity in the future has even smaller percentages - 4.69% among young men and 4.17% - among girls, and as a form of communication - 2.08% of young men and among girls - 1.56%.

Keywords: students, motives for «Physical education», students with health disorders, distance learning.

Постановка проблеми. З початком пандемії COVID-19, а за цим і військових дій на території України в освітньому процесі закладів вищої освіти (ЗВО) значну роль відіграє дистанційне навчання (ДН) в режимі онлайн. Дистанційне навчання поширене і на діяльність кафедр фізичного виховання, а залучення студентів до активної фізкультурної діяльності в режимі ДН стало викликом для викладачів кафедр. Відтак, пошук підходів до просування фізичної культури і спорту, враховуючи фактор мотивації у темі залучення студентів до занять фізичною культурою і спортом в онлайн режимі, постає нині як одна з актуальних наукових і практичних проблем.

Перехід освітнього процесу на ДН одночасно посприяв інтенсифікації процесу навчання, збільшенню отримуваної інформації безпосередньо через застосування сучасних гаджетів і суттєво знизив обсяг рухової активності. Відсутність потреби до переміщення між об'єктами, де відбувається навчання, а також рекреації і дозвілля сприяє формуванню малорухомого способу життя студентської молоді. Тому актуальним постає питання вивчення, а потім і формування мотивації студентської молоді до занять фізичною культурою і спортом в умовах ДН. Особливо гостро це питання постає для студентів, які мають в анамнезі хронічні захворювання, через що вони зазвичай відмовляються від різних видів активної фізкультурної діяльності, надаючи перевагу пасивному і малорухомому способу життя.

Аналіз наукових досліджень та публікацій. Тема особливостей змісту та організації ДН з «Фізичного виховання» вже привертала увагу науковців. Так, К. Кравченко і В. Приходько розглянули законодавче і нормативне забезпечення дистанційної форми навчання з «Фізичного виховання» студентів з послабленим здоров'ям [6]; були досліджені загальні проблеми організації ДН фізичного виховання в закладах освіти [1; 8]; К. Кравченко запропонувала вже апробовану модель організації студентів з «Фізичного виховання» у формі ДН [5]; О. Кошелева із співавторами вирішували проблему організації рухової активності студентів в умовах ДН [4]; було описано досвід використання інформаційних технологій у фізичному вихованні студентів окремих ЗВО України [наприклад, 7] тощо.

Питанню мотивації до занять фізичною культурою студентів як основної групи, так і осіб з послабленим здоров'ям у ЗВО не фізкультурного профілю теж приділяється увага багатьох українських науковців [2; 3; 9; 11].

У Національному університеті біоресурсів і природокористування України визначали мотиви юнаків і дівчат до занять фізичним вихованням. Встановлено, що фізичне виховання тут привертає увагу студентів радше в комунікативно-діяльнісному аспекті («приємно спілкуватися», «бути серед друзів», «розвивати рухові здібності», «самостверджуватися», «розвиватися фізично і гартувати характер»). Але менше цікавлять регулярні заняття [9].

Метою статті є встановлення особливостей мотивації студентів з порушеннями у стані здоров'я до участі в заняттях «Фізичним вихованням».

Матеріал і методи дослідження. Дослідження проводилось у Національному технічному університеті «Дніпровська політехніка». Використані методи вивчення літератури, матеріалів з Інтернету, а також анкетування студентів, які відвідують «Фізичне виховання».

Результати дослідження.

У дослідженні опирались на поняття мотив, яке визначено в українському педагогічному словнику за редакцією С. Гончаренка і походить від «moveo – лат.» – рухаю. Мотивація - це система мотивів, або стимулів, яка спонукає людину до тих чи інших форм діяльності або поведінки. У якості мотивів можуть виступати уявлення та ідеї, почуття і переживання, що виражають матеріальні або духовні потреби. Одна й та ж сама діяльність може відбуватись з різних мотивів. Оскільки значення мотивів для спрямованості поведінки, діяльності й формування особистості дуже велике, завдання педагогів є як вивчення, так і формування мотивації.

Дослідження мотивації студентів до занять були проведені на базі кафедри фізичного виховання та спорту Національного технічного університету (НТУ) «Дніпровська політехніка». В опитуванні прийняли участь 1592 студенти 1 курсу 2021-2022 навчального року. Окремою групою вивчалась мотивація до занять фізичним вихованням студентів з послабленим здоров'ям, до складу яких увійшли як студенти спеціальної медичної групи, так і студенти, звільнені від практичних занять з «Фізичного виховання» - всього 112 осіб, з яких 48 дівчат та 64 юнаки.

Студентам було запропоновано обрати один з п'яти можливих мотивів занять фізичною культурою на кафедрі фізичного виховання:

1. Заняття з фізичної культури і спорту - це нова форма спілкування;
2. Заняття фізичною культурою і спортом сприяють розвитку фізичних якостей, потрібних для виконання професійної діяльності у майбутньому;
3. Заняття потрібні для того, аби бути освіченим у сфері фізичної культури спорту;

4. Заняття потрібні для того, аби одержати знання та вміння для підтримки власного здоров'я;
5. Відвідую заняття, аби отримати залік з «Фізичного виховання».

З наданих п'яти позицій студент повинен був обрати найбільш близький саме для нього мотив занять «Фізичним вихованням».

На рис. 1 представлені дані анкетування 1592 студентів першого курсу усіх факультетів, отриманні при первинному анкетуванні.



Рис. 1. Особливості мотивів студентів 1 курсу до занять з дисципліни «Фізичне виховання»

Виходячи з отриманих результатів відмічаємо, що 35,8% (а саме 570 студентів) метою своїх занять фізичною культурою і спортом ставлять отримання заліку з дисципліни «Фізичне виховання», 34,23% (545 осіб) – отримання знань та вмінь для підтримки власного здоров'я, 14,07% (224 особи) – хочуть бути освіченими у сфері фізичної культури і спорту, 10,16% (162 осіб) – вважають, що заняття сприяють розвитку фізичних якостей, потрібних для виконання професійної діяльності у майбутньому та 5,72% (91 особа) – вважають це новою для себе формою спілкування.

На рис. 2 окремо подані дані анкетування, проведеного серед юнаків і дівчат з послабленим здоров'ям.



Рис. 2 Особливості мотивів студентів (юнаків та дівчат) з послабленим здоров'ям 1 курсу до занять з дисципліни «Фізичне виховання»

Аналіз даних анкетування серед студентів з хронічними захворюваннями дозволив визначити пріоритети мотивів даної категорії студентів до занять «Фізичним вихованням». Згідно даних, представлених на рис. 2, основна мета занять як отримання заліку з дисципліни «Фізичне виховання» ще більш виражена - 52,68% (59 осіб), метою отримання

знань та вмінь для підтримки свого здоров'я визначили 27,68% (31 студент), 13,39% (15 осіб) - хочуть бути освіченими у сфері фізичної культури і спорту, 4,46% (5 осіб) – вважають мотивом занять – вплив на фізичні якості, які потрібні для виконання професійної діяльності у майбутньому і 1,79% (2 осіб) – обирали, як домінуючий мотив занять нову форма спілкування.

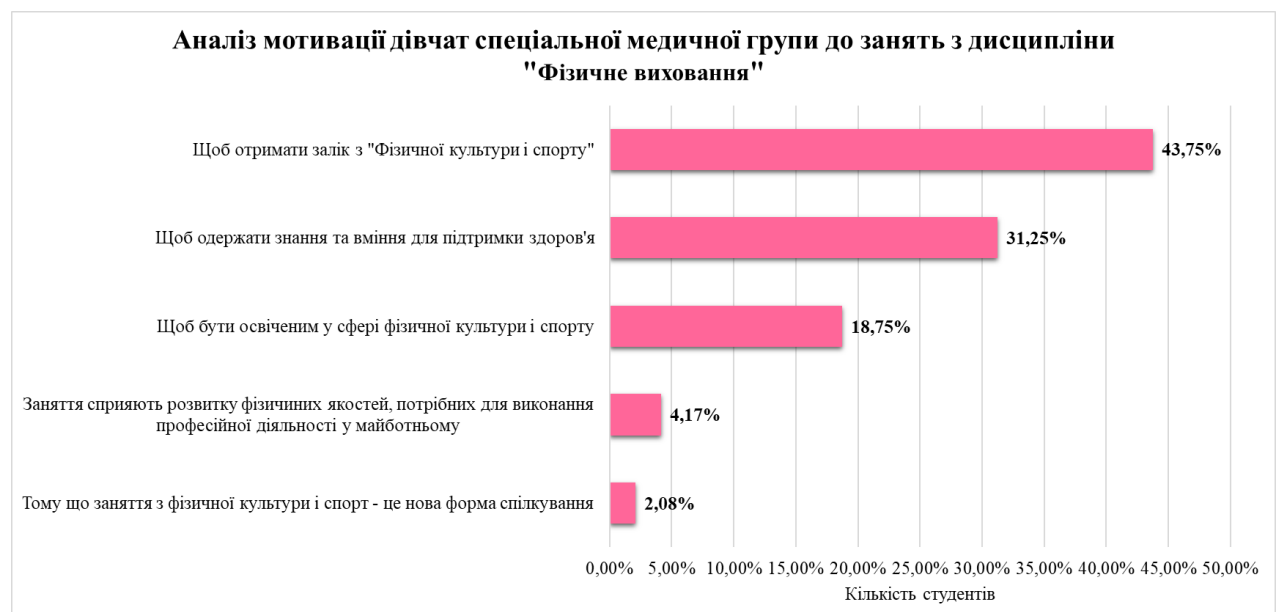
Особливості мотивації до занять фізичною культурою окремо юнаків першого курсу з послабленим здоров'ям представлений на рис. 3.

З даних рис. 3 видно, що серед юнаків, які мають хронічні захворювання 59,38% (38 чоловік) головним мотивом відвідування занять визначають отримання заліку з «Фізичного виховання», тоді як 25% (16 осіб) – бажають отримати знання та вміння для підтримки свого здоров'я. За мету бути освіченими у сфері фізичної культури і спорту ставлять – 4,69% (3 осіб), відзначають як нову форма спілкування – 1,56% (1 студент).



Рис. 3. Особливості мотивів юнаків з послабленим здоров'ям 1 курсу до занять з дисципліни «Фізичне виховання»

Серед дівчат, які мають порушення в стані здоров'я, зберігається та ж сама тенденція. На рис. 4 представлені результати анкетування дівчат з послабленим здоров'ям. Як бачимо, серед дівчат 43,75% (21 особа) мотивом занять для себе обирають отримання заліку, 31,25 % (15 осіб) – хочуть отримати знання та вміння для підтримки свого здоров'я.



Мотив стати освіченим у сфері фізкультури і спорту відзначають 18,75 % (9 осіб).

Рис. 4. Особливості мотивів дівчат з послабленим здоров'ям 1 курсу до занять з дисципліни «Фізичне виховання»

На рис. 5. представлений порівняльний аналіз мотивації занять між юнаками та дівчатами 1 курсу з послабленим здоров'ям.



Рис. 5. Порівняльний аналіз мотивації занять фізичною культурою і спортом між юнаками та дівчатами 1 курсу з послабленим здоров'ям

Отже, згідно даним графіка, представленим на рис. 5, як у юнаків, так і у дівчат першого курсу, які мають хронічні захворювання, основною метою відвідування занять з дисципліни «Фізичне виховання» є отримання заліку (43,75 % дівчат та 59,38 % юнаків відповідно). За мету отримати знання та вміння необхідні для підтримки свого здоров'я стали 31,25 % дівчат та 25,00 % юнаків. Бути освіченими у сфері фізичної культури - 18,75 % юнаків та 9,38 % дівчат. Найменші відсотки набирають позиції мотивації: розвиток фізичних, якостей, необхідних для професійної діяльності у майбутньому – 4,69 % у юнаків та 4,17 % - у дівчат, а також такі заняття як нова форма спілкування – 2,08 % юнаків і у дівчат – 1,56 %. Отже, домінуючим мотивом занять усіх першокурсників є отримання заліку.

Висновки. Отримані результати, свідчать про те, що заняття «Фізичним вихованням» більша частина студентів, в тому числі і осіб з послабленим здоров'ям, не розглядають як систему заходів із застосуванням фізичних вправ, яку можна використовувати для відновлення здоров'я або для відновлення і компенсації функціональних можливостей організму з метою поліпшення порушеного фізичного і психологічного стану.

Аналіз отриманих даних підтверджує, що проблема усвідомленої мотивації студентської молоді щодо занять «Фізичним вихованням» для покращення стану здоров'я залишається однією з найбільш актуальних, що лише загострюється в умовах дистанційного навчання. Відтак, на викладачів покладається провідна роль у безпосередньому формуванні мотивів студентів для включення в активну фізкультурну чи фізкультурно-оздоровчу діяльність з метою збереження та покращення стану здоров'я.

Перспектива подальших досліджень - оцінити вплив на особистість студентів з послабленим здоров'ям дистанційної форми навчання.

Література

1. Баштовенко О., Станева С. Проблеми організації дистанційного навчання з фізичної культури в закладах освіти. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету. Серія: Педагогічні науки.* 2021. Вип. 53. С. 9-22. DOI 10.31909/26168812.2021-(53)-1.
2. Долженко Л., Погребняк Д. Формування мотивації до рухової активності студентів з різним рівнем фізичного здоров'я. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2014. № 4. С. 52–56.
3. Захаріна Є. А. Формування мотивації до рухової активності у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів : автореф. дис. ...канд. наук з фіз. вих. : 24.00.02. Київ, 2008. 21 с.
4. Кошелева О., Татарченко Л., Рузанов В., Максимов А. Особливості організації рухової активності студентів в умовах дистанційного навчання. *Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал.* 2021. № 2. С. 51-60. DOI: 10.32540/2071-1476-2021-2-051
5. Кравченко К. Модель організації занять студентів з фізичного виховання у дистанційній формі навчання. *Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал.* 2022. № 2. С. 37-44. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-2-037
6. Кравченко К., Приходько В. Законодавче і нормативне забезпечення дистанційної форми навчання з «Фізичного виховання» студентів з послабленим здоров'ям. *Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал.* 2022. № 3. С. 122-135. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-3-122
7. Літвінова А. М., Тимченко Г. М. Використання інформаційних технологій у фізичному вихованні студентів ХНУ імені В. Н. Каразіна. *Сучасні технології в галузі фізичного виховання, спорту, фізичної терапії та ерготерапії* : зб

- наук. праць за матеріалами XI Міжнародної наук.-метод. конф. (4-5 квітня 2021р.). Харків, 2021. Вип. 11. С. 17-19.
8. Малахова Ж. Організація фізичного виховання під час дистанційного навчання у закладах вищої освіти. *Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал*. 2022. № 1. С. 49-59. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-1-049
9. Мирошніченко В. О. Провідні мотиви до занять фізичним вихованням у студентів аграрних закладів вищої освіти. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2019. № 66, Т. 2. С. 62–67.
10. Самостійні заняття з фізичного виховання для студентів спеціальних медичних груп: методичні рекомендації ; [упоряд. О. В. Онопрієнко, О. М. Онопрієнко]. Черкас. держ. технол. ун-т. Черкаси : ЧДТУ, 2019. 48 с.
11. Чернігівська С. А. Інноваційна технологія непрофесійної фізкультурної освіти студентів, звільнених від практичних занять з «Фізичного виховання»: дис. ...канд. наук з фіз. вих. : 24.00.02. Дніпропетровськ, 2012. 290 с.

Reference

1. Bashtovenko O., Stanyeva S. Problems of distance learning organization in physical culture in educational institutions. *Scientific Bulletin of the Izmil State Humanitarian University. Series: Pedagogical sciences*. 2021. Issue 53. P. 9-22. DOI 10.31909/26168812.2021-(53)-1.
2. Dolzhenko L., Pogrebnyak D. Formation of motivation for motor activity of students with different levels of physical health. *Theory and methodology of physical education and sports*. 2014. No. 4. P. 52–56.
3. Zakharina E. A. Formation of motivation for motor activity in the process of physical education of students of higher educational institutions: autoref. thesis ... candidate sciences in physics exit : 24.00.02. Kyiv, 2008. 21 p.
4. Kosheleva O., Tatarchenko L., Ruzanov V., Maksimov A. Peculiarities of the organization of motor activity of students in conditions of distance learning. *Sports Bulletin of the Dnieper Region. Scientific and practical magazine*. 2021. No. 2. P. 51-60. DOI: 10.32540/2071-1476-2021-2-051
5. Kravchenko K. A model of organizing physical education classes for students in distance learning. *Sports Bulletin of the Dnieper Region. Scientific and practical magazine*. 2022. No. 2. P. 37-44. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-2-037
6. Kravchenko K., Prykhodko V. Legislative and regulatory provision of distance education in "Physical education" of students with impaired health. *Sports Bulletin of the Dnieper Region. Scientific and practical magazine*. 2022. No. 3. P. 122-135. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-3-122
7. Litvinova A. M., Tymchenko H. M. The use of information technologies in the physical education of students of V. N. Karazin KhNU. *Modern technologies in the field of physical education, sports, physical therapy and occupational therapy: collection of sciences. works based on the materials of the 11th International Science and Methodology. conf. (April 4-5, 2021)*. Kharkiv, 2021. Issue 11. P. 17-19.
8. Malakhova Zh. Organization of physical education during distance learning in institutions of higher education. *Sports Bulletin of the Dnieper Region. Scientific and practical magazine*. 2022. No. 1. P. 49-59. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-1-049
9. Myroshnichenko V. O. Leading motives for physical education among students of agricultural institutions of higher education. *Pedagogy of creative personality formation in higher and secondary schools*. 2019. No. 66, Т. 2. P. 62–67.
10. Independent classes in physical education for students of special medical groups: methodical recommendations; [comp. O. V. Onoprienko, O. M. Onoprienko]. Cherkasy state technology Univ. Cherkasy: ChDTU, 2019. 48 p.
11. Chernihivska S. A. Innovative technology of non-professional physical education of students exempted from practical classes in "Physical education": diss. ... candidate sciences in physics exit : 24.00.02. Dnipropetrovsk, 2012. 290 p.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).24
УДК 796.012.62:355.1+159.91(045)

Кузнецова Л. І.

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Долженко Л. П.*

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Стадник О. О.*

*Студент Національний університет фізичного виховання і спорту України
Перегінець М. М.*

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, викладач
Національний університет фізичного виховання і спорту України*

АНАЛІЗ ПСИХОФІЗИЧНОГО СТАНУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ВПЛИВОМ СПЕЦІАЛЬНИХ ВПРАВ

У статті розглянуто теоретико-методологічні засади фізичної підготовки військовослужбовців. Попри постійну технічну модернізацію Збройних Сил України, сучасні бойові умови сьогодні пов'язані зі значними фізичними навантаженнями. Бойова діяльність багатьох військових фахівців і в сучасних умовах має риси значної фізичної праці, що пов'язана з великими, а, в окремих випадках, і з максимальними фізичними навантаженнями. Також представлено результати досліджень, що підтверджують вимоги, які висуваються до фізичної підготовленості військовослужбовців, рівня розвитку їх загальної та швидко-силової витривалості, міри сформованості військово-прикладних рухових навичок. За результатами проведених досліджень проаналізовано характер фізичних навантажень, які виконуються військовослужбовцями у процесі навчально-бойової діяльності. Доведено той факт, що в основному, переважають фізичні вправи значного та помірного навантаження, спрямовані на розвиток